

তাঁরই। তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান। হে আমার প্রভু! এ দিনের মাঝে এবং উহার পরে যা কিছু মঙ্গল রয়েছে আমি তোমার নিকট তা প্রার্থনা করছি। আর এ দিনের মাঝে এবং উহার পরে যা কিছু অনিষ্ট রয়েছে তা হতে আমি তোমার আশ্রয় কামনা করছি। হে রব! অলসতা ও বার্থ্যকের ক্ষতি হতে আমি তোমার আশ্রয় কামনা করছি। হে আমার প্রতিপালক! দোষখের যন্ত্রনাদায়ক আযাব ও কবরের ভয়ানক আযাব হতে তোমার আশ্রয় প্রার্থনা করছি।

সন্ধ্যায় একবারঃ

"أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، ..."

অর্থঃ আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি, আর সমগ্র জগৎ আল্লাহর জন্য সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছে। সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য ...।

সন্ধ্যায় একবারঃ

"اللَّهُمَّ بَلِّغْ أَمْسَيْنَا وَبَلِّغْ أَصْحَابَنَا وَبَلِّغْ نَفْسِي وَبَلِّغْ نَفْسِي وَبَلِّغْ نَفْسِي وَبَلِّغْ نَفْسِي"

অর্থঃ হে আল্লাহ! তোমার অনুগ্রহে আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হই। তোমারই অনুগ্রহে সকালে উপনীত হই। তোমারই অনুগ্রহে জীবন লাভ করি। তোমারই ইচ্ছার মাধ্যমে মৃত্যু বরণ করি। আর তোমার নিকটেই আমাদের প্রত্যাবর্তন স্থল।

সন্ধ্যায় তিনবারঃ (যখন বাড়ী থেকে কোথাও বের হবে, কোন কিছু তার ক্ষতি করতে পারবে না পূর্ণরায় বাড়ী ফিরা পর্যন্ত)

"أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ"

অর্থঃ আল্লাহর পরিপূর্ণ কালেমাহ সমূহের (বাক্য সমূহের) মাধ্যমে সৃষ্টির অনিষ্ট হতে আশ্রয় নিচ্ছি।

৬

প্রত্যেক ফরজ নামাযের পর মাসনুন যিকুর সমূহ

"আল্লাহর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করি" (তিন বার) **"أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ"**

"اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ، وَمَنْتَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ وَلَا مُغْنِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ"

অর্থঃ হে আল্লাহ! তুমি শান্তিদাতা, শক্তি তোমার পক্ষ হতে, তুমি বরকতময়, হে পরাক্রমশালী ও মর্যাদাবান। আল্লাহ্ ছাড়া প্রকৃত কোন মা'বুদ নেই। তিনি একক, তাঁর কোন শরীক নেই। সকল রাজত্ব ও প্রশংসা একমাত্র তাঁরই, তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান। হে আল্লাহ! তুমি যা প্রদান কর তা হতে বাধা প্রদানকারী কেউ নেই। তুমি যা দিতে চাও না তা দেয়ার কেউ নেই কোন সম্পদশালীর সম্পদ তোমার আযাব হতে তার উপকার করতে পারে না।

"لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَلَا تَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ الثَّغْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الشَّاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ"

অর্থঃ আল্লাহ্ ব্যতীত কোন প্রকৃত মা'বুদ নেই। তিনি একক, তাঁর কোন শরীক নেই। রাজত্ব ও সকল প্রশংসা একমাত্র তাঁরই। তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান, আল্লাহর সাহায্য ব্যতীত কোন ক্ষমতা ও শক্তি নেই। আল্লাহ্ ছাড়া প্রকৃত কোন ইলাহ বা মা'বুদ নেই। আমরা একমাত্র তাঁরই ইবাদত করি। সকল নেআমত ও অনুগ্রহ তাঁরই। তাঁরই নিমিত্তে সকল উত্তম প্রশংসা। আল্লাহ্ ছাড়া কোন প্রকৃত মা'বুদ নেই। আমরা দীনকে (তাঁর নির্দেশিত বিধান সমূহ) একনিষ্ঠ ভাবে একমাত্র তাঁর জন্য পালন করি, যদিও কাকিররা তা অপছন্দ করে।

৭

"সুবহানালাহ্" (পবিত্রতা আল্লাহর) (৩৩) **"سُبْحَانَ اللَّهِ"**

"আলহামদুলিল্লাহ্" (সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য) (৩৩) **"الْحَمْدُ لِلَّهِ"**

"আল্লাহ্ আকবার" (আল্লাহ্ সর্বাপেক্ষা মহান) (৩৩) **"اللَّهُ أَكْبَرُ"**

শেষে একশত পূর্ণ করবে এই দোআটি একবার বলেঃ

"لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ"

অর্থঃ আল্লাহ্ ব্যতীত কোন প্রকৃত মা'বুদ নেই। তিনি একক, তাঁর কোন শরীক নেই। রাজত্ব ও সকল প্রশংসা একমাত্র তাঁরই। তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান। আর রাসূল (সাঃ) এরশাদ করেছেনঃ "যে প্রত্যেক ফরজ নামাজের পর এভাবে বলবে, তার গুনাহ সমূহ ক্ষমা করে দেয়া হবে যদিও তা সমুদ্রের ফেনার মত (অনেক বেশি) হয়"।

অতঃপর আয়াতুল কুরসী পড়বে [সূরা আল বাকারাহ-২৫৫]ঃ

"إِنَّ اللَّهَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ..." سورة البقرة ২৫৫

রাসূল (সাঃ) বলেছেনঃ "যে প্রত্যেক নামাযের পর আয়াতুল কুরসী পাঠ করল মৃত্যু ছাড়া আর কিছুই তাকে জান্নাতে প্রবেশ হতে বাধা প্রদান করবে না"।

প্রত্যেক নামাজ পর একবার করে এবং ফজর ও মাগরিব পর তিনবার করেঃ

"قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ... قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ... قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ..."

ফজর ও মাগরিবের পর দশ বারঃ

"لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ"

অর্থঃ আল্লাহ্ ছাড়া ইবাদতের যোগ্য কোন মা'বুদ নাই। তিনি একক তাঁর কোন শরীক নাই। রাজত্ব তাঁরই এবং প্রশংসা মাত্র তাঁরই। তিনি জীবনএবং মৃত্যু দান করেন। তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান।

৮

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

আল্লাহ তা'আলা বলেনঃ

﴿فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُون﴾ سورة البقرة ১৫২

অর্থঃ "আর তোমরা আমাকে স্মরণ করো আমি ও তোমাদেরকে স্মরণ করব। আর তোমরা আমার কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করো এবং আমার অকৃতজ্ঞতা করো না"। [সূরা আল বাকারাহ-১৫২]

উপহার

একজন মুসলমানের প্রতিদিনের যিকুর সমূহ

أَذْكَارُ الْمُسْلِمِ الْيَوْمِيَّةُ بِاللُّغَةِ الْبَنْتَالِيَّةِ

প্রতিদিন সকাল ও সন্ধ্যায় যিক্র সমূহ

আয়াতুল কুরসী : সকাল, সন্ধ্যা ও নিদ্রার পূর্বে (শয়তান থেকে বিরত রাখবে) একবার।

«اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ» سورة البقرة ২০০

অর্থঃ "আল্লাহ, তিনি ছাড়া প্রকৃত কোন মা'বুদ নেই। তিনি চিরজীব-চিরস্থায়ী, তাঁকে তন্দ্রা ও নিদ্রা স্পর্শ করে না, সকল আসমান ও যমীনে যা কিছু রয়েছে সবই তাঁর। কে এমন আছে যে তাঁর নিকট সুপারিশ করবে তাঁর অনুমতি ব্যতীত? তাদের সামনে ও পিছনে যা কিছু রয়েছে সব কিছুই তিনি জানেন। যতটুকু তিনি ইচ্ছা করেন তা ব্যতীত তাঁর জ্ঞান হতে কোন কিছুই তারা পরিবেষ্টিত করতে পারে না। তাঁর কুরসী (চেয়ার) সমস্ত আসমান ও যমীন ব্যাপ্ত, এ দু'টোর সংরক্ষণ করা তাঁর পক্ষে কঠিন নয়। তিনি সর্বোচ্চ ও সর্বপেক্ষা মহান।" [সূরা আল বাকারাহ-২৫৫]

সকাল সন্ধ্যায় প্রতিদিন তিনবার :

بسم الله الرحمن الرحيم

«قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (১) اللَّهُ الصَّمَدُ (২) لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (৩) وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ (৪)»

অর্থ : ১. বলুনঃ তিনিই আল্লাহ একক (ও অদ্বিতীয়), ২. আল্লাহ অমুখাপেক্ষী, ৩. তিনি (কাউকে) জন্মদেননি এবং তিনিও জন্মগ্রহণ করেননি ৪. এবং তাঁর সমতুল্য কেউই নেই।

بسم الله الرحمن الرحيم

«قُلْ أَغُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (১) مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ (২) وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (৩) وَمِنْ شَرِّ

الطَّائِفَاتِ فِي الْمَقَادِرِ) وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (৪)»

অর্থঃ ১. বলুনঃ আমি শরণ নিচ্ছি উষার স্রষ্টার, ২. তিনি যা সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট হতে, ৩. অনিষ্ট হতে রাত্রির যখন তা' অন্ধকারাচ্ছন্ন হয়, ৪. এবং ঐ সব নারীর অনিষ্ট হতে যারা গ্রহিতে ফুঁ দেয়, ৫. এবং অনিষ্ট হতে হিংসুকের, যখন সে হিংসা করে।

بسم الله الرحمن الرحيم

«قُلْ أَغُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (১) مَلِكِ النَّاسِ (২) إِلَهِ النَّاسِ (৩) مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ

الْخَّاسِ (৪) الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (৫) مِنَ الْخِيَّةِ وَالنَّاسِ (৬)»

অর্থঃ বলুনঃ আমি শরণ নিচ্ছি মানুষের প্রতিপালকের, ২. যিনি মানবমন্ডলীর মালিক, ৩. যিনি মানবমন্ডলীর মা'বুদ, ৪. আত্মগোপনকারী কুমন্ত্রণাদাতার অনিষ্ট হতে, ৫. যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে, ৬. জিনের মধ্য হতে অথবা মানুষের মধ্য হতে।

সায়েদুল ইসতিগফার : সকাল ও সন্ধ্যায় একবার করে। (যে ব্যক্তি এই দোআটি সন্ধ্যাতে বিশােসের সাথে পাঠ করবে এবং সে রাতেই মৃত্যু বরণ করবে যে জান্নাতে প্রবেশ করবে, অনুরূপ সকালেও।

«اللَّهُمَّ أَلْتِ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَغُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ لَكَ بِذُنُوبِي فَاعْفُ عَنِّي يَا فَائِدَ لَا يَفْغُرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ»

অর্থঃ হে আল্লাহ! তুমি আমার রব বা প্রতিপালক, তুমি ব্যতীত ইবাদতের যোগ্য কোন ইলাহ বা মা'বুদ নেই। তুমি আমাকে সৃষ্টি করেছ। আমি তোমার গোলাম, আমি তোমার অঙ্গিকার ও প্রতিশ্রুতির উপর রয়েছে যতটুকু আমার সম্ভব। আমার কৃত কর্মের অনিষ্ট হতে তোমার নিকট আশ্রয় কামনা করি। আমার উপর তোমার নেয়ামতের স্বীকৃতি দান করতঃ তোমার প্রতি প্রত্যাবর্তন করি। আমি আমার

পাপের স্বীকৃতি দিচ্ছি। সুতরাং তুমি আমাকে ক্ষমা করো। নিশ্চয়ই তুমি ব্যতীত পাপ সমূহের ক্ষমাকারী কেউ নেই।

সকাল ও সন্ধ্যায় একবার :

«اللَّهُمَّ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِكُهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَغُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَ، وَأَنْ أَقْرَفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا، أَوْ أَجْرُهُ إِلَى مُسْلِمٍ»

অর্থ : হে আল্লাহ! দৃশ্য ও অদৃশ্যের মহাজ্ঞানী, আসমান সমূহ ও পৃথিবীর সৃষ্টি কর্তা, সমস্ত কিছুর প্রতিপালক ও মালিক (অধিপতি) আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি তুমি ছাড়া প্রকৃত কোন মা'বুদ নেই। আমি আমার প্রবৃত্তির অনিষ্ট হতে তোমার আশ্রয় কামনা করছি। আর শয়তান ও তার শিরুক এর অনিষ্ট হতেও আশ্রয় প্রার্থনা করিছ। আমি নিজে নিজের উপর কোন খারাপ কাজ করা অথবা কোন মুসলমানের দিকে খারাপকে টেনে আনা হতে তোমার আশ্রয় কামনা করছি।

সকাল ও সন্ধ্যায় তিনবার :

"رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ ﷺ نَبِيًّا"

অর্থঃ আমি আল্লাহকে প্রভু হিসেবে, ইসলামকে ধীন হিসেবে এবং মুহাম্মাদ (সাঃ)কে নবী রূপে লাভ করে পরিতুষ্ট।

সকাল ও সন্ধ্যায় তিনবার :

"بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّهُ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ"

অর্থঃ আমি সেই আল্লাহর নামে শুরু করছি যার নামের সাথে আসমান ও পৃথিবীর কোন কিছুই কোন ক্ষতি করতে পারে না, তিনি সর্বশ্রোতা ও সর্বজ্ঞ।

প্রতিদিন সকালে একবার :

"اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْتُ وَبِكَ أَمْسَيْتُ وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ"

অর্থঃ হে আল্লাহ! আমরা তোমার অনুগ্রহে সকালে উপনীত হই, তোমারই অনুগ্রহে

সন্ধ্যা করি। তোমারই অনুগ্রহে আমরা জীবন লাভ করি, তোমারই নির্দেশের মাধ্যমে আমরা মৃত্যু বরণ করি। আর তোমার প্রতিই আমাদের উত্থানও।

সকাল ও সন্ধ্যায় একবার নিদ্রার পূর্বে :

"اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ، وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتَرْ عَوْزَاتِي، وَأَمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ نَفْسٍ بَدِيٍّ وَمِنْ غُلْفِي، وَعَنْ نَبِيِّي وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ قَوْلِي وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحَنِّي"

অর্থঃ হে আল্লাহ! আমি তোমার নিকট দুনিয়া ও আখেরাতে ক্ষমা ও সুস্থ্যতা কামনা করছি। হে আল্লাহ! আমি আমার ধীন ও দুনিয়ার ক্ষেত্রে, আমার পরিবার ও সম্পদের ক্ষেত্রে তোমার নিকট মার্জনা ও নিরাপত্তা কামনা করছি। হে আল্লাহ! তুমি আমার গোপন দোষ সমূহকে ঢেকে রাখ এবং আমার ভয়ভীতিকে নিরাপদ করে দাও। আর আমাকে আমার সম্মুখ, পশ্চাৎ, ডান-বাম ও উপরের দিক থেকে (তথা সব দিকের বিপদ হতে) হেফাজত কর। আর তোমার মহত্ত্বের আশ্রয় কামনা করছি আমি আমার নিচের দিক হতে আকস্মিক গোপনীয় ভাবে নিহত হওয়া থেকে।

সকালে একবার :

"أَصْبَحْتُ وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَغُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسْلِ، وَسَوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَغُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ فِي النَّارِ وَعَذَابِ فِي الْقَبْرِ"

অর্থঃ আমরা সকালে উপনীত হয়েছি, আর সমগ্র জগৎ আল্লাহর জন্য সকালে উপনীত হয়েছে। সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য, আল্লাহ ব্যতীত প্রকৃত কোন মা'বুদ নেই, তিনি একক, তাঁর কোন শরীক নেই। রাজত্ব ও সকল প্রশংসা একমাত্র